

STAGE DE YOGA

BOURGOGNE-FRANCHE-COMTÉ / SUILLY LA TOUR

AOÛT 2025

Semaine du Lundi 18 au vendredi 22 août 2025

Pratique posturale

Pratique respiratoire

Étude et réflexion sur les textes fondateurs du Yoga

La pratique au regard des 9 obstacles (YS I.30)



Programme

8h - 10h30 personnes expérimentées et professeurs de Yoga

10h30 - 11h Pause

11h - 12h30 Pratique tous niveaux

12h30 - 13h30 Retour sur la matinée de pratique au regard des obstacles

Tarifs :

Semaine et Matinée complète de 8h à 13h30 : 225€ non-adhérents IFY / 200€ adhérents IFY

Semaine complète de 8h à 10h30 : 120€ non-adhérents IFY / 100€ adhérents IFY

Semaine complète de 11h à 13h30 : 120€ non-adhérents IFY / 100€ adhérents IFY

Lieu : 2 Impasse du couvent - 58150 Suilly-La-Tour

Possibilité d'hébergement sur place – www.chezkaro.fr

Un divin Yogi brunch vous est proposé par Carole à chaque fin de matinée : 15€

Inscriptions :

Isabelle Croset 

Professeure de yoga et Formatrice IFY (Institut Français de Yoga)



Psycho-praticienne en Psychosynthèse



06-08-89-47-20 / www.athayoga.fr

